

Viaggio nei gusti delle altre: integrazione e antropologia del cibo a Modena

Michele Filippo Fontefrancesco e Valeria Vozza

A journey in the taste of other women: anthropology of integration and food in Modena

Abstract

What is the role of food in a process of cultural integration? The article answers this question analysing the results of the cultural project “Viaggio nei gusti delle altre” promoted by the researchers of the University of Gastronomic Sciences together with the association *Casa delle Donne Migranti – Semira Adamu* in Modena. The project involved a series of meetings during which a group of migrant women coming from different countries engaged in a process of cultural integration and language education by sharing their native food and their gastronomic knowledge and expertise. The article frames the case study in the anthropological debate concerning food and migration and points out food serves as a positive functional catalyst for relationships and cultural exchange thanks to its physical and affective relevance.

Keywords: Modena, migration, integration, gastronomy, cultural mediation

Quale ruolo può avere il cibo in un processo transculturale? Questa domanda si attaglia particolarmente al presente dell’Europa e dell’Italia che vedono nell’ultimo quinquennio una sempre più forte attenzione data al tema della migrazione. Laddove ci si interroga su quali siano le macro-politiche necessarie per regolare i flussi migratori, si apre il dibattito su come integrare all’interno della nazione i nuovi arrivati, riconoscendo fallimenti e successi delle attuali *policies*.

L’articolo riflette sul ruolo del cibo e della condivisione alimentare come strumento di integrazione culturale. Lo fa, partendo dai dati raccolti sul terreno in un progetto di antropologia applicata svolto a Modena nel 2016: “Viaggio nei gusti delle altre” promosso assieme all’associazione la *Casa delle Donne Migranti – Semira Adamu*. Il progetto si è articolato in una serie di incontri in cui un gruppo di donne migranti sono state chiamate a presentare e condividere con le altre partecipanti cibi della loro tradizione, discutendo di cultura alimentare, delle proprie patrie e delle sfide che esse stavano vivendo in Italia. I dati di terreno sono qui presentati attraverso i report di campo raccolti da uno degli autori, Valeria Vozza, attiva quale facilitatrice del progetto e coordinata sul piano scientifico dall’altro autore, Michele F. Fontefrancesco. I dati raccolti sono stati analizzati dagli autori e sistematizzati da Michele F. Fontefrancesco.

L'articolo affronta la domanda d'apertura introducendo la discussione nell'alveo degli studi antropologici sulla migrazione ed il cibo. Viene presentato il progetto e le sue finalità, quindi, approfondendo l'esperienza attraverso le note di campo. I dati di terreno sono analizzati ed è proposto un modello di processo di integrazione che vede il cibo fungere da funzionale catalizzatore di relazioni e scambio culturale. In coda all'articolo è presentato il sintetico ricettario risultato del progetto.

Per la realizzazione del progetto di ringrazia l'associazione *Casa delle Donne Migranti - Semira Adamu* ed in particolare la mediatrice culturale Edith Bendicente.

Migrazione, cibo, e antropologia

I nuovi movimenti migratori che coinvolgono l'Europa hanno riportato il tema della migrazione al centro del tumultuoso dibattito pubblico occidentale (Andersson, 2014; De Genova, 2017; Zanfrini, 2018). Tale discorso esalta il tema dell'alterità sviluppando ed inasprendo fenomeni di essenzializzazione culturale ed identitaria (Herzfeld, 2010; Remotti, 2007) basati sulla contrapposizione tra un "Noi" (bianco, cristiano, europeo) ed un "Altro" (non bianco, non cristiano, straniero). "Noi" e "Altro" appaiono le principali categorie attraverso cui è percepito il profilo della società contemporanea accostando ravvivate xenofobie a prospettive multiculturali di cui l'antropologia ha già, da oltre un ventennio, evidenziato i limiti (Turner, 1993) e l'impatto culturale che si estende ben oltre i confini della sfera amministrativa (Prato, 2009). A dispetto di questa immagine, la realtà della migrazione appare contraddistinta da una pluralità di esperienze, conoscenze, lingue, tradizioni tale da fare della quotidianità dei migranti un orizzonte d'affetti ordinari (Stewart, 2007) segnato dal senso di solitudine, incomunicabilità, fragilità sociale, non solo verso le comunità ospitanti, ma verso gli altri migranti del territorio.

La condizione migrante è quella anomia cronica (Durkheim & Buss, 2006), di separazione dell'individuo dalla società in quanto incapace di trovarvi una precisa collocazione. Di fronte a questa condizione di sradicamento, la territorializzazione (Deleuze, 1989) passa attraverso il rafforzamento del capitale sociale e culturale individuale (Bourdieu, 1986); la conoscenza dei luoghi e delle persone che vi si legano (Candea, 2008); la creazione di rapporti significativi tanto con i membri delle comunità ospitante quanto con gli altri migranti provenienti da altre realtà. Il superamento dell'anomia passa attraverso questa sfida. La fruizione dei nuovi luoghi, il lavoro, la frequentazione scolastica sono alcune delle azioni che riescono a creare relazioni ed appaerare l'individuo nel grembo della nuova società. Il cibo, la sua preparazione e condivisione appaiono un altro modo capace di costruire interazione e legami interpersonali tra soggetti altrimenti divisi dalla propria storia e cultura.

La consapevolezza sulle potenzialità offerte dal cibo è maturata in antropologia grazie ad un articolato dibattito che si è snodato per oltre un secolo. A partire dagli studi di Malinowski (1922, 1927 1929) e Boas (1921, 1925), l'antropologia moderna ha iniziato a interrogarsi a livello internazionale sul ruolo socio-culturale del cibo. Se, infatti, Malinowski nella sua analisi etnografica del ruolo giocato dall'igname all'interno dei rituali matrimoniali e nella attività micropolitiche (De Mucci, 2009) delle comunità dei abitanti delle isole Trobriand mise in chiaro risalto l'importanza del cibo come oggetto politico e rituale, Boas con la sua raccolta puntuale dei modi di procacciamento, conservazione e trasformazione alimentare della società Kwakiutl evidenziò come il cibo rappresenti un importante patrimonio identificativo di una cultura e di un gruppo sociale. Questi primi contributi aprirono il più ampio dibattito sviluppatosi, in particolare, a partire dal secondo dopoguerra che indagò il suo significato simbolico (Douglas, 1966, 1992; Levi-Strauss, 1964, 1966, 1968), e materialistico (Harris, 1985; Sidney Wilfred Mintz, 1985; Rappaport, 1967). Nell'ultimo ventennio il dibattito si è ulteriormente ravvivato ponendo il tema dell'identità culturale al centro di un rinnovato quadro accademico legato alla riflessione della globalizzazione (Sidney W. Mintz & Du Bois, 2002; Phillips, 2006; Pottier, 1999) e più recentemente a tematiche sempre più di confine tra antropologia ambientale, economica, medica, e politica (Guptill, Copelton, & Lucal, 2016; Krebs, 2013). Da questa articolata storia disciplinare emerge non solo la plasticità e le possibilità offerte dall'analisi delle pratiche e dei prodotti alimentari, ma soprattutto il ruolo del cibo quale oggetto di creazione dello spazio sociale. Esso, infatti, si lega al vissuto individuale e comunitario diventando oggetto evocativo (Turkle, 2007), significante di affetti, esperienze, storie di vita (Holtzman, 2006; Sutton, 2001). È per questo suo ruolo, che condividere e parlare di cibo diventa momento di condivisione di esperienze e conoscenze, una metodologia di incontro ed inclusione con l'altro (Counihan, 2009).

La ricerca

Il dibattito antropologico offre un quadro di riferimento teorico che mostra le potenzialità che il cibo può avere nel contesto della migrazione e dell'integrazione culturale; un indirizzo di senso che la ricerca alla base di questo contributo ha voluto provare in chiave applicata. Infatti, laddove per antropologia applicata si riferisce l'utilizzo degli strumenti teorici e metodologici prodotti dalla disciplina finalizzato alla risoluzione di specifiche istanze sociali (Kedia & Van Willigen, 2005; Palmisano, 2014), si è voluto verificare come il cibo potesse essere strumento di superamento del senso di alterità culturale e creazione di un funzionale scambio culturale con il contesto di accoglienza nonché tra migranti, quindi, rafforzando il capitale sociale e

culturale dei migranti stessi e il loro livello di appaesamento nel nuovo contesto di vita.

A tal fine, la ricerca si è sviluppata nel corso del 2016 a Modena, città particolarmente nota nel campo dell'accoglienza con una solida collaborazione tra soggetti pubblici e privati (Fazia, 2017) e quarto comune della regione per popolazione straniera residente (Emilia-Romagna, 2017)¹. Essa si è legata al progetto "Viaggio nei gusti delle altre", VGA nel resto del testo, promosso dalla associazione "Casa delle donne contro la violenza ONLUS" (<https://www.donnecontroviolenza.it>), CDDM nel resto del testo, associazione modenese nata negli anni '90 del Novecento, con l'intento di gestire due case-rifugio ad indirizzo segreto (Garagnani & De Concini, 2016). Dal 2000, CDDM è impegnata nel campo dell'accoglienza in particolare offrendo sostegno a donne migranti attraverso corsi di lingua, attività informative rispetto alle risorse della città e mediazione con i servizi del territorio, corsi di informatica, attività di ascolto e progettazione e attuazione di percorsi di autonomia per le donne accolte. All'interno di questo articolato quadro di attività, VGA si è sviluppato nel corso del 2016. Nel 2015, CDDM aveva lanciato un primo progetto rivolto a donne migranti incentrato sulla cucina, vedendo in essa l'occasione dell'acquisizione di conoscenze e abilità spendibili sul mercato del lavoro. Tale iniziativa aveva, però, evidenziato la necessità di affrontare altre primarie urgenze legate al potenziamento linguistico e al rafforzamento della capacità relazionale delle partecipanti. VGA partiva da acquisita consapevolezza, rileggendo il ruolo del cibo come vettore culturale.

Le ipotesi teoriche sono state provate sul terreno della pratica in collaborazione con CDDM disegnando il format di VGA, incentrando le attività sul cibo, quale oggetto di discussione e condivisione. VGA è stato strutturato quale serie di incontri, calendarizzati dal 19 Ottobre al 21 Dicembre 2016, svolti all'interno della struttura della "Casa delle donne migranti Semira Adamu" di Modena, utilizzando la cucina dell'alloggio per permettere la cottura delle pietanze e la loro condivisione.

Gli incontri sono stati rivolte a donne di origine non italiana, residenti nella città o nel suo circondario. Cadenzati su base settimanale, ogni incontro si è sviluppato in 4 ore di attività, dalle 10.00 alle 14.00. Il cibo è stato il centro di queste, diventando tanto oggetto sensibile, da preparare e gustare, quanto oggetto da pensare e discutere, posto al centro di discussioni circa le peculiarità, similarità e differenze tra le abitudini delle diverse partecipanti. In particolare, il cibo proposto negli incontri è stato preparato a turno dalle partecipanti, chiamate a offrire cibo della tradizione culinaria del loro Paese di origine e della loro comunità. Le attività sono state supportate da due facilitatrici, Edith Bendicente, argentina, mediatrice culturale di CDDM, e Valeria Voza. Nel suo complesso, VGA intendeva sfruttare il cucinare e

¹ Nel 2016 erano, infatti, quasi 28.000 i cittadini stranieri residenti in Modena, in prevalenza provenienti da Marocco, Romania, Albania e Cina.

la convivialità gastronomica come spazio-tempo protetto dove rafforzare da un lato le capacità di uso della lingua italiana come strumento di condivisione, dall'altra la capacità individuale di elaborazione dell'esperienza della migrazione, quindi di apertura personale al cambiamento culturale necessario all'integrazione nel nuovo contesto di vita. A tali fini, il cibo era stato inteso come catalizzatore culturale, capace di attrarre l'attenzione, veicolando una positiva curiosità e apertura intellettuale ed esperienziale.

Le tesi della ricerca sono state verificate dall'analisi dei dati raccolti sul terreno, durante lo svolgimento del progetto, in chiave etnografica e attraverso interviste mirate con le partecipanti e i membri di CDDM coinvolte del progetto, in particolare al fine di verificare il cambiamento di attitudine delle partecipanti verso le loro compagne, dunque, come il cibo fosse percepito in questo contesto di scambio culturale e crescita personale. Il racconto dal campo (Van Maanen, 1988) che ricostruisce il processo del lavoro svolto è qui presentato attraverso il diario di campo composto dai report di missione stilati da Vozza al termine dei singoli incontri. Questa sintetica esperienza di scrittura etnografica traccia lo svolgersi di un filo rosso che permette al lettore di seguire l'emergere ed il consolidarsi di uno scambio transculturale che va ad intrecciarsi con la maturazione di legami ed affetti tra le partecipanti alle attività.

Viaggio nei gusti delle altre: i report delle giornate

Il primo incontro.

Il 19 ottobre si tenne il primo incontro del progetto VGA. Ad esso parteciparono 11 donne a cui si chiese di presentarsi alle compagne indicando anche gli anni di presenza in Italia. Ne emerse un quadro variegato segnato da periodi di permanenza mediamente lunga nel Paese².

Ad ogni donna fu chiesto di commentare il significato della parola "migranti", evincendo come esse non ne sapessero il significato.

Alle partecipanti fu chiesto di commentare la parola "cibo" indicando quali altre parole legassero a questo concetto. Ne venne formulato un articolato catalogo, trascritto su un cartellone, per aiutarne la memorizzazione delle singole parole e la loro lettura.

Queste attività propedeutiche, mirate a creare un positivo clima di interazione, introdussero la discussione circa le aspettative e gli interessi individuali che si legavano alla partecipazione del progetto, quindi, alla spiegazione di come il progetto non fosse un corso di cucina, ma un percorso partecipativo di crescita culturale. Dalla discussione emersero le

² Le prime partecipanti furono: Sonia proveniente dall'India, arrivata 3 anni prima; Sfia, Aziza, Zahara provenienti dal Marocco e in Italia rispettivamente da 20, 7 e 2 anni; Linda, Mensah e Ama dal Ghana in Italia da 10, 10 e 12 anni; Gladys dalla Nigeria in Italia da 4 anni. A questo gruppo, nel corso del progetto, si aggiunsero altre donne.

aspettative delle partecipanti legate allo studio della lingua italiana, e alla voglia di conoscere nuove culture, nuove persone e nuovi cibi.

L'appuntamento, quindi, continuò con un pranzo condiviso.

In tale occasione non furono le partecipanti a cucinare, ma le facilitatrici (n.d.a. Edith Benedicente e Valeria Vozza) che offrirono piatti tipici delle loro culture. Edith offrì le empanadas argentine e torte salate fatte con verdure prodotte nell'orto curato dall'associazione e da alcune delle stesse partecipanti. Valeria portò invece tre torte dolci: una crostata, in quanto dolce molto comune in Italia, con la marmellata di fichi del giardino della struttura dell'Associazione; un castagnaccio tipico emiliano; una torta di zucca, perché verdura di stagione. I cibi offerti sono stati oggetto di attività di gruppo. Infatti, alle partecipanti fu chiesto di individuare gli ingredienti e si allargò la conversazione ad altri argomenti legati al cibo, al modo di mangiare, all'usanza della preghiera, e ai tabù alimentari.

In conclusione del primo incontro, si sono stabilite delle regole a cui tutte le partecipanti hanno aderito, che consistevano nella puntualità, nell'attenzione e nel rispetto per chiunque volesse fare un intervento. Queste regole andavano a correggere alcuni fenomeni emergenti lesivi dell'attività. Infatti, la necessità di fissare delle regole nacque dal fatto che era stato notato che molte delle partecipanti erano arrivate in ritardo, rallentando così l'inizio dell'incontro e del percorso. Un altro problema notato, fu la partecipazione disomogenea delle donne alla discussione degli argomenti. Infatti, solo alcune delle donne contribuivano attivamente alla discussione, mentre altre, sia per una minor conoscenza della lingua italiana, sia per un minor interesse legato all'argomento, adottavano un approccio più passivo.

Il primo incontro mostrò un livello di competenza linguistica molto variegato, a dispetto di una presenza nel Paese mediamente lunga (8.6 anni). In generale, molto della capacità espressiva si legava ad una diffidenza verso il gruppo ed un personale senso di insicurezza linguistica vissuta dalle donne, superato nel proseguo delle attività.

Complessivamente, si instaurò un clima di condivisione e apertura supportato da uno spiccato interesse per il cibo confermando il ruolo di tale oggetto come utile catalizzatore di relazioni tra le partecipanti.

Secondo incontro

Il 24 ottobre fu fissato il secondo incontro, incentrato sul Marocco.

Tre partecipanti di origine marocchina furono coinvolte chiedendo ad ognuna di preparare un piatto tipico. Ognuna delle tre partecipanti scelse liberamente il proprio piatto, optando complessivamente su piatti quotidiani: il seffa, un cous-cous arricchito di burro, zucchero a velo e mandorle tostate che si mangia tradizionalmente come accompagnamento ad altri piatti; la tajine di carne di manzo, tipica preparazione in umido che prende il nome

dallo specifico piatto con coperchio in cui viene preparato, e una torta di carote tradizionale del villaggio di provenienza della partecipante. A dispetto della natura consuetudinaria delle ricette, essi sono piatti dalla preparazione laboriosa, non quotidiana, legata prevalentemente ai giorni di riposo.

All'incontro parteciparono cinque nuove persone di origine africana ed est-europea³ venute a conoscenza del progetto ed interessate a partecipare ai successivi incontri, in particolare per il tema trattato della gastronomia e le attività svolte.

Dopo un'introduzione generale mirata principalmente alle nuove arrivate, l'incontro iniziò affrontando il tema della preghiera e del cibo, evidenziando le differenze tra la preghiera personale e silenziosa propria dell'islam, e le preghiere di gruppo a voce alta che accomunano cristianesimo ed induismo nel modo di benedire e condividere il cibo.

La discussione, quindi, volse sui modi di condivisione del cibo. Laddove la parola "condividere" fu aggiunta all'elenco proposto nel cartellone, si iniziò a parlare dei cibi e dei momenti in cui il cibo è vissuto in gruppo e da soli. Emerse la centralità dei cereali nelle diete di tutte le partecipanti, sottolineando come i cereali siano riconosciuti di una loro sacralità e simbolismo: se per il cristianesimo il pane è simbolo del corpo di Cristo, per i paesi Islamici tutti i cereali sono sacri e vanno sempre raccolti, perché considerati alla base di ogni alimentazione, dono della bontà divina e in grado di mantenere in vita anche in condizioni di povertà estrema. Vennero raccontate usanze, quali quelle di baciare le forme di pane prima di servirle, comune al mondo spagnolo e arabo ed è stato riportato che in Tunisia si può persino essere arrestati se si butta via del pane.

La conversazione si è spostata sugli orari e il numero di pasti nei vari Paesi, vedendo come fosse comune alle abitudini alimentari di tutti i partecipanti avere due pasti principali, pranzo e cena, e due merende, per lo più consumate da bambini e anziani.

Ci si rese conto nuovamente che le donne che parlavano con maggior frequenza erano quelle con un livello di italiano più alto, ma per quanto riguarda le altre donne si osservò che coinvolgerle con domande dirette le rendeva più attente e predisposte alla condivisione di considerazioni.

Sfortunatamente verso la fine del secondo incontro si verificò un momento di tensione. Una delle donne accusò le altre, dicendo che le erano stati rubati dei soldi dalla borsa. Il momento ha rischiato di compromettere il lavoro di formazione del gruppo. Quest'episodio si aggiunse alle diversità riscontrate dalle partecipanti nel modo di rapportarsi al cibo. Si notò, infatti, che alcune delle partecipanti non rispettavano l'usanza di alcuni Paesi di aspettare che tutte le donne fossero sedute a tavola prima di iniziare a mangiare, ma al contrario

³ Al gruppo si aggiunsero: Seynabou del Senegal e in Italia da due anni e mezzo; Karima, tunisina, arrivata da due anni; Fleurette, del Camerun, Aisha, marocchina, ed Entela, dall'Albania, in Italia da un anno. Più sporadicamente nei successivi incontri parteciparono anche altre donne (Stella, dal Ghana, Mailinda, dall'Albania, e Fatima, dal Marocco) che non parteciparono assiduamente.

iniziavano non appena il cibo era servito, cercando di prepararsi un piatto più colmo possibile.

La mediazione ed il superamento delle difficoltà è stato possibile grazie all'intervento di Edith che ha deciso di ribadire le regole fissate all'incontro precedente con ancor maggior enfasi per gli incontri successivi.

Un altro problema che fu notato fu la formazione di piccoli sottogruppi per lo più suddivisi in base al Paese d'origine. Infatti, le donne marocchine tendevano a parlare tra loro, a volte insieme alle donne tunisine, così come anche le donne provenienti dal Ghana facevano gruppo a sé stante. Le facilitatrici si sono subito rese conto dell'ostacolo che avrebbe potuto costituire nello svolgimento del percorso l'esistenza di questi piccoli gruppi. Per scoraggiare l'esistenza di questa suddivisione e responsabilizzare la partecipazione attiva fu sottolineato che l'obiettivo dell'intero percorso era la condivisione di idee e conoscenze alimentari tra tutte le partecipanti e che parlare nella propria lingua madre avrebbe sfavorito e rallentato il gruppo intero.

Terzo incontro

Il 3 novembre si è tenuto il terzo incontro, preceduto da un incontro fatto con Fleurette per approfondire le necessità tecniche legate alla preparazione del ndolé. L'incontro fece emergere come tutti gli ingredienti del piatto nazionale fossero facilmente reperibili a Modena nei negozi etnici specializzati con l'unica eccezione della pianta che dà nome al piatto, la Vernonia, ndolé in Bamilekè, un'asteracea originaria del Camerun e della Nigeria, utilizzata sia in cucina sia per le sue proprietà terapeutiche, che però Fleurette si è procurata direttamente dal Camerun.

Si iniziò parlando dell'incontro della settimana precedente, ricordando quello che era stato cucinato, le riflessioni fatte e i pareri condivisi. Fu chiesto un commento personale per capire se il progetto in corso fosse positivo e interessante per tutte. I commenti furono positivi e dimostrarono un crescente interesse transculturale.

Si passò a parlare delle abitudini a tavola, ricordando come si fosse mangiato il cous-cous senza posate, ma solo con le mani e il pane. Il dialogo tra le partecipanti fece emergere come questa pratica che per le europee destava stupore, fosse comune in tutta l'Africa. Le partecipanti marocchine e tunisine sottolinearono come anche la scelta della mano da usare fosse profondamente legato alla religione e alla propria cultura. Nel caso del mondo islamico è, infatti, obbligatorio mangiare e cucinare solo con la mano destra poiché la mano sinistra è considerata impura e dedicata solamente alla pulizia.

Partendo dalle reazioni suscitate dalla discussione, si rifletté sul fatto che ogni abitudine, a seconda di chi la compie e osserva, possa essere considerata una stranezza, e si concordò che è importante conoscere e condividere le riflessioni per arrivare ad un'accettazione o integrazione.

Alla fine del terzo incontro si notò che la puntualità costituiva ancora un punto critico, ma si considerò che la maggioranza delle partecipanti era madre e, quindi, aveva l'impegno di accompagnare i figli a scuola prima degli incontri. Si dovette perciò adottare un quarto d'ora di margine rispetto all'orario ufficiale di inizio che si era stabilito in precedenza. Seppur si venisse meno alla regola della puntualità si è deciso di andare incontro alle esigenze delle partecipanti per far sì che potessero continuare a frequentare gli incontri.

Con piacere si notò anche l'aspetto positivo che le partecipanti più timide all'inizio del percorso stavano iniziando ad aprirsi di più aggiungendo il loro pensiero alle discussioni sviluppate, probabilmente incoraggiate dal clima amichevole che si stava sviluppando. Questo favorì un buon esempio per gli incontri tenutisi in seguito. Infatti, le facilitatrici notarono una sempre maggiore facilità nel coordinare gli incontri.

Quarto incontro

Il 9 novembre si tenne il quarto appuntamento del percorso, iniziando come nell'incontro precedente ripercorrendo quanto discusso nel terzo appuntamento.

Il ndolé è stato un piatto nuovo per tutte le partecipanti e risultò essere abbastanza gradito. Fu notato che il sapore non era amaro sebbene ce lo si potesse aspettare tale, visto l'utilizzo della pianta decantata come molto amara. Si ricordò il discorso fatto sulla mano da utilizzare per le varie attività e Mensah e Linda riportarono che anche in Ghana bisogna utilizzare solo la mano destra per mangiare e cucinare e molti altri gesti e usare la mano sinistra è considerato irrispettoso, addirittura, se si intendesse pagare con la mano sinistra, i soldi non verrebbero accettati.

Il discorso è passato alle modalità di saluto nei vari Paesi, che variano da cultura a cultura e possono creare imbarazzo nelle persone non abituate. In Argentina, Edith rimarcò, è normale salutare tutti con un bacio, sia maschi che femmine, anche se è la prima volta che ci si incontra, mentre in Italia i baci solitamente sono due, indistintamente dal sesso dell'interlocutore, ma solo dalla seconda volta che ci si vede, mentre al primo incontro ci si presenta con una stretta di mano. In Marocco e in Tunisia ci si scambia quattro baci, ma solo tra donne, mentre in Senegal ci si limita a stringersi la mano. In India si segue la stessa abitudine italiana.

Nell'incontro Mensah, Linda e Stella prepararono dell'igname e pesce fritti con salsa ayuwá.

Al termine del quarto incontro si notò con piacere che dopo aver partecipato alla preparazione del piatto del proprio Paese e averlo condiviso con le compagne di percorso, anche le donne che erano solite parlare con meno frequenza, risultavano essere più disposte ad intervenire liberamente alle discussioni di ogni incontro. Il fatto di essere protagoniste dell'incontro e di avere la possibilità di introdurre il piatto scelto alle compagne, contribuiva ad accrescere la coscienza del proprio ruolo di rilevanza all'interno del gruppo e di

comprendere più a fondo la finalità del percorso svolto. La possibilità di parlare specificamente delle occasioni in cui si usa preparare il piatto scelto, e del proprio Paese di provenienza costituiva un modo indiretto per parlare di sé ed in questo modo di farsi conoscere dalle compagne. La progressiva apertura e partecipazione delle donne è stata essenziale per il successivo svolgimento degli incontri.

Quinto incontro

Il 16 novembre è stato l'incontro di metà percorso che è stato utilizzato per parlare dell'organizzazione della festa conclusiva del 10 dicembre. Non si sono fatti discorsi sul cibo, ma si sono divisi gli incarichi affinché ogni donna avesse un compito e non si verificassero squilibri come in precedenti esperienze di progetti transculturali.

Tutte le donne si espressero in modo proattivo, mostrando come si fossero creati legami e sinergie tra donne di diversi Paesi.

Sesto incontro

Il 23 novembre si tenne il sesto incontro del progetto. Cucinarono Gladys e Karima, rispettivamente il riso con pollo e platano fritti, e il cous-cous alla tunisina. Il giorno prima si svolse un incontro preparatorio con le due donne, evincendo come nei negozi etnici modenesi riuscissero a trovare tutti gli ingredienti necessari per permettere loro di continuare a cucinare piatti della loro tradizione gastronomica in Italia.

Le due donne, durante l'incontro, hanno collaborato bene in cucina, a dispetto degli spazi limitati, dimostrando come nel corso del progetto si fosse creata una buona sinergia e collaborazione. La necessità di condividere degli spazi molto ristretti ha reso necessaria la comunicazione e la suddivisione dei compiti e degli spazi tra le donne dovendo necessariamente utilizzare l'italiano per la comunicazione.

Durante l'incontro, la conversazione volse sulla cucina tradizionale dei diversi Paesi e le possibilità di procurarsi gli ingredienti in Italia.

Lo svolgimento di un incontro dedicato a due nazioni diverse contribuì notevolmente all'apertura dei sottogruppi nazionali contribuendo ulteriormente a creare collaborazione tra le donne a dispetto del Paese di provenienza. L'italiano era ormai usato positivamente come lingua di comunicazione, mentre le lingue madri hanno continuato ad essere utilizzate durante gli incontri solo in caso di non conoscenza dei termini italiani.

Settimo incontro.

Il 30 novembre si svolse l'ultimo incontro. Fu il turno in cucina di Sonia, ragazza indiana. Decise di preparare i pakore, i poori e cholle. Nell'incontro preparativo, si evinse che a differenza delle compagne, Sonia a Modena non riesca a trovare tutti gli ingredienti che le

servirebbero per preparare i piatti della sua tradizione, ma che si è adattata ad utilizzare delle alternative.

Durante l'incontro, Sonia presentò le diverse preparazioni ed i loro usi tradizionali. Sonia spiegò che i pakore sono delle piccole frittelle vegetariane che si preparano in occasioni speciali, quando vengono ospiti importanti o per i matrimoni. Aggiunse che all'arrivo di un ospite inatteso la madre fa compagnia e le figlie preparano da mangiare. Inoltre, rimarcò che in un piatto base del Punjab non può mai mancare il roti, che è un pane basso simile ad una piadina, che accompagna a tante verdure condite in modo sempre diverso. Si soffermò sull'uso delle piante medicinali e come il consumo degli alimenti si leghi a molti riti induisti e sikh.

Lo svolgimento dell'incontro dedicato all'India si svolse in modo particolarmente gradevole e semplice. Sicuramente le partecipanti si erano abituate alla tipologia degli incontri e si presentarono abbastanza puntuali. In aggiunta, tutte le partecipanti aiutarono Sonia, chiedendole come potessero facilitarla, utilizzando l'italiano per la comunicazione e l'organizzazione degli incarichi.

Per di più, si notò che come sperato gli interventi delle partecipanti avvennero sempre di più in modo autonomo, senza bisogno di aspettare di essere direttamente interpellate con le domande delle facilitatrici, segno non solo del buon rapporto creatosi tra le partecipanti, ma soprattutto dell'accresciuta fiducia verso l'uso della lingua italiana.

Festa del 10 Dicembre

Si è deciso di concludere il percorso con una grande festa alla quale potessero partecipare non solo le donne e le operatrici della CDMM, ma anche il vasto pubblico della città di Modena, al fine di condividere un momento di incontro e scambio. La festa fu organizzata in un grande spazio del comune chiamato "La Tenda".

La festa si tenne il 10 Dicembre, in occasione del Terra Madre Day, giornata istituita dall'associazione Slow Food a livello internazionale. L'evento fu organizzato con la collaborazione del fiduciario del gruppo Slow Food di Modena, Nico Lusoli.

La sala fu allestita con dei teli colorati provenienti dai vari paesi. Gli spazi furono suddivisi in modo tale che ogni donna avesse un proprio tavolo dove svolgere le attività preventivamente organizzate.

Seynabou allestì la sua zona con strumenti e cibi tradizionali del Senegal che illustrò alle persone interessate, offrendo succo di ginger e bissap. Gladys e Ama intrecciarono i capelli delle donne interessate, mentre Sonia fece tatuaggi all'hennè sulle mani. Aziza, Sfia, Aisha prepararono il tè marocchino.

Al centro della sala furono messi dei tavoli dove si sono svolti due laboratori per bambini e adulti. Quello per i bambini consisteva nell'incollare su dei fogli di carta vari semi e cereali colorati creando delle figure di fantasia, mentre quello per adulti consisteva nel cercare

di riconoscere delle spezie messe in dei barattoli, utilizzando solo il senso dell'olfatto, poiché i contenitori erano stati avvolti nella carta stagnola e ciò impediva di guardarvi il contenuto.

Dalle 21.00 fu servito un banchetto con le pietanze preparate dalle donne il giorno prima.

Durante la serata i bambini si esibirono in balletti e canzoni ed è anche stata riproposta la scena del lavoro teatrale "Io pedalo", sulle donne e la bicicletta, scritto dalla regista e attrice Donatella Allegro, che riportava le interviste che aveva fatto ad alcune donne migranti, partecipanti le attività della CDDM, che avevano imparato ad andare in bicicletta frequentando i corsi tenuti dai volontari della Federazione Italiana Amici della Bicicletta.

L'evento è stato segnato da una buona affluenza e buon riscontro di pubblico.

La festa presso "La Tenda" contribuì in modo molto influente all'ulteriore formazione del gruppo e alla consapevolezza di farne parte. Infatti, ad ogni partecipante era stato affidato un ruolo specifico e la buona riuscita dell'evento ha fatto capire l'importanza e l'efficacia della buona comunicazione e collaborazione. A seconda delle preferenze espresse alcune donne si sono dedicate alla preparazione del rinfresco, mentre altre si sono concentrate sulla preparazione di attività ricreative da proporre ai visitatori. Gli incontri svolti in precedenza e il superamento degli ostacoli affrontati in passato consentì alle donne di affidarsi alle altre per la buona riuscita della festa e il successo ottenuto ha costituito motivo di orgoglio e coscienza dell'efficacia ed efficienza del gruppo di cui si faceva parte. Questo ha, inoltre, contribuito all'ulteriore superamento della frammentazione su base nazionale. Infatti, la suddivisione degli incarichi ha solo in parte coinciso con le nazioni di origine ed in tutti i casi la preparazione dei piatti presso la cucina dell'associazione ha necessitato la collaborazione di tutte le donne considerando gli spazi ridotti della cucina e i tempi contingentati per ultimare la preparazione delle pietanze.

Ultimo incontro

Dopo la festa del 10 dicembre, il gruppo si ritrovò per un appuntamento conclusivo il 21 dicembre. L'incontro fu un fuori-programma, per condividere riflessioni personali conclusive sul percorso.

Tutte le donne hanno affermato di aver gradito lo svolgimento degli incontri perché permise loro di conoscere nuove persone e usanze alimentari e praticare l'italiano. Tutte le difficoltà iniziali apparirono superate e il gruppo complessivamente si presentò coeso e affiatato. Le partecipanti apprezzarono la possibilità di trascorrere del tempo con altre donne che condividevano la stessa esperienza di migrazione e si dimostrarono tutte interessate a intraprendere un nuovo progetto basato sul cibo, per approfondire le loro conoscenze e la capacità espressiva.

Per l'ultimo incontro è stata incaricata Seynabou che ha voluto preparare il thieboudienne, uno sformato di pesce e verdure senegalese.

Analisi dei dati

Il diario di campo percorre un percorso culturale che coinvolge quindici donne. È un percorso di mutua conoscenza ed apprendimento alla convivenza. Le donne coinvolte in VGA sono persone che hanno già vissuto in Italia per un periodo mediamente lungo, calcolabile nell'ordine degli anni. A dispetto della presenza le competenze linguistiche, così come la conoscenza della realtà italiana, si dimostrano limitate. Sono il lavoro e gli affetti a creare le occasioni di conoscenza ed *engagement* con la realtà culturale italiana. A di fuori di ciò, la vita delle migranti tende ad incapsularsi all'interno di comunità di connazionali, micro-comunità all'interno delle quali vengono reiterati usi e costumi del Paese d'origine. Nella misura in cui la micro-comunità offre il contesto in cui si sviluppa la vita lavorativa e affettiva delle singole donne, queste poco si interfacciano con il contesto di nuova residenza. Da qui il limitato sprono per acquisire capacità linguistiche e sociali oltre ad un primo livello necessario per lo svolgimento di attività quotidiane, quali l'acquisto nei negozi e l'uso di servizi pubblici. Se appare limitata la profondità della conoscenza della realtà italiana, ancor più limitata la conoscenza degli usi e delle tradizioni delle altre comunità migranti, con cui si ha un limitato contatto nel quotidiano, per lo più legato alla comune frequentazione di negozi o luoghi di culto ovvero la conoscenza della stessa lingua. Complessivamente, quindi, il progetto fa emergere la frammentarietà della realtà della migrazione e la particolare domanda di integrazione all'interno del mondo italiano mossa dalle donne migranti, che assume connotati prevalentemente strumentali.

Incentrare sul cibo un percorso volto al potenziamento del capitale sociale e culturale delle partecipante, quindi, le loro capacità di integrarsi nel nuovo contesto, ha voluto dire muovere l'attenzione dall'obiettivo dell'integrazione al tema della gastronomia, motivando la partecipazione, il coinvolgimento, la condivisione non tanto sulla base di una presunta aspettativa di modernità (Ferguson, 1999) veicolata dalla volontà di assumere una nuova identità culturale, quanto sull'interesse, la curiosità personale verso il cibo e l'apprendimento di nuove ricette, soventemente riportato al proprio ambito familiare. Non stupisce, infatti, notare come le partecipanti giustificassero la loro partecipazione con commenti quali: "Mi interessa molto il cibo perché mi piace il cibo", "Sono curiosa di come gli altri mangiano", "Voglio imparare nuovi piatti per la mia famiglia". Alla luce di questa curiosità, non stupisce rilevare come le partecipanti si sentissero molto disposte a condividere con le altre elementi della propria gastronomia domestica: "Sono contenta di far conoscere la realtà del mio Paese", "Nessuno sa della nostra cucina. È bello che le altre conoscano il nostro cibo." L'incrocio tra queste attitudini ha creato il campo di interazione e la possibilità di aprire un effettivo scambio transculturale tra le partecipanti (Welsch, 1999). Come

si evince dal diario, questo è stato lungi dall'essere lineare ed immediato, ma ha necessitato la mediazione dei facilitatori mirata a definire una comune modalità di condivisione, un'etichetta (Goody, 1982) capace di accomodare i diversi modi di cucinare, mangiare e relazionarsi con il cibo e con le altre persone. Attraverso quest'azione, avvenuta nel corso dei primi appuntamenti, si è consolidata la possibilità di confronto permettendo la maturazione dei risultati del progetto. Questi si sono letti da una parte nell'accresciuta consapevolezza delle caratteristiche della cultura delle altre nazioni: "Non sapevo tante cose che ho imparato in questi incontri", "Ho imparato cose di posti che non conoscevo", "Ho dato qualcosa della mia terra e ho imparato tante cose dalle altre." Oltre a questo, si sono rafforzati i legami tra le varie partecipanti, non solo connazionali, tanto da far maturare al gruppo la volontà di organizzare l'evento di dicembre, quindi, di continuare il progetto nel corso dell'anno successivo, 2017. Soprattutto, si è visto l'aumento della consapevolezza e della padronanza nell'uso dell'italiano, notando l'accrescimento del vocabolario usato e della spigliatezza nella comunicazione, dato indubbiamente dall'accresciuta confidenza delle singole partecipanti verso il gruppo, ma più in generale di un avvenuto *empowerment* linguistico percepito dalle donne.

Complessivamente la Fig. 1, presenta e sintetizza graficamente il processo emerso nel progetto.

Il percorso parte dal cibo trovando nella curiosità individuale e nella necessità di cooperazione e collaborazione la base su cui rispondere ai bisogni di scambio di informazione e interazione interpersonali propri di ogni processo di integrazione. Le attività hanno permesso un rafforzamento linguistico e la conoscenza di diversi codici comportamentali. Proprio questa conoscenza ha permesso la negoziazione di un comune codice comunicativo, un comune modo di stare assieme che ha rafforzato il gruppo complessivamente permettendo un fenomeno di integrazione socio-culturale. Complessivamente, quindi, il cibo ha svolto la sua funzione di catalizzatore utile per l'avvio di un percorso di integrazione. Questo successo si lega all'attitudine stessa che lega le persone al cibo; in particolare la curiosità e la voglia di condividere la propria esperienza, quanto meno in un ambiente protetto. Di fronte a questo positivo risultato non si deve concludere che il cibo di per sé produca spontanea integrazione, poiché questa si lega in primo luogo all'attitudine delle singole persone e alla capacità di sempre ravvivare quest'affezione attraverso la costruzione di contesti relazionali positivi con persone dal background culturale diverso dal proprio. Questa funzione è stata svolta dalle facilitatrici che di volta in volta hanno definito il loro ruolo quali mediatrici dell'incontro culturale stando attente ai non detti, ma soprattutto lasciando che le conversazioni fluissero liberamente e solo episodicamente assumendo un ruolo normativo.

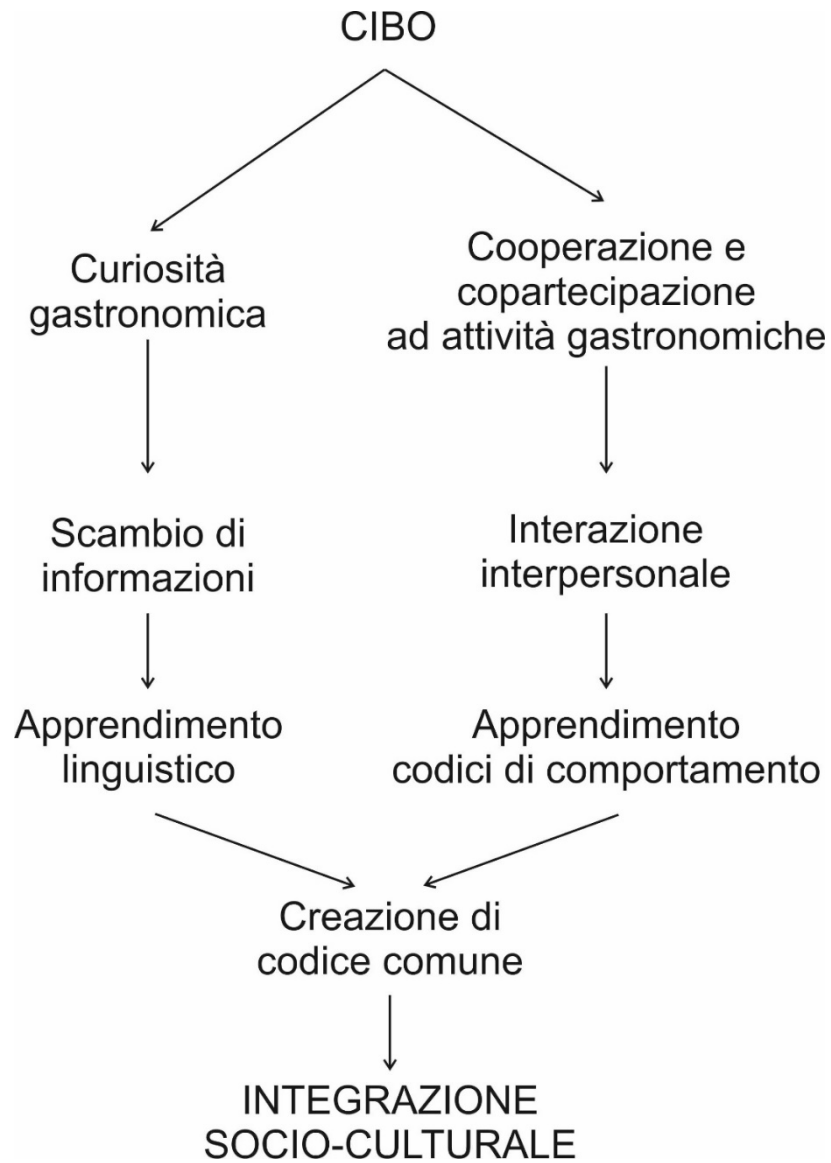


Fig. 1: Processo di integrazione socio-culturale espresso nel progetto

Conclusioni

Volgendo alle conclusioni il cibo è strumento per creare integrazioni, spazi di confronto e, quindi, superare percepite e reali distanze socio-culturali. Il caso del progetto VGA lo conferma.

Riconoscendo questa rilevanza sulla base del cosmo di ordinari affetti (Stewart, 2007) che attorno al cibo si legano, questo contributo apre a domande disciplinari circa la consistenza di questi affezioni e soprattutto sugli strumenti e gli attori che si vedono coinvolti e possono agire su di essi rafforzando il ruolo generatore di transculturalità che è del cibo.

D'altra parte il contributo permette di riguardare all'attualità e come le politiche oggi legate alla migrazione delineino nel cibo solo un oggetto strumentale di sostentamento ovvero un costo fisso da ridurre o minimizzare all'interno di dinamiche di mercato legate ai finanziamenti dei progetti di accoglienza. In tale contesto, seppure possa apparire una voce ostinatamente in controtendenza, l'esperienza di VGA suggerisce le potenzialità che si aprono rileggendo il ruolo del cibo come momento di costruzione di integrazione, nella misura in cui i piani alimentari possano essere costruiti con i migranti e non imposti dal soggetto attuatore dell'intervento. Credere al valore dell'integrazione culturale vuol dire, infatti, credere nelle potenzialità del dialogo con l'Altro e con gli altri, negoziando con loro un comune essere al mondo a partire dal pane spezzato assieme.

Coda: Il ricettario del progetto

Sefa



Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di cous-cous marocchino
- un limone
- 50 g di zucchero a velo
- 50 g di burro
- 100 g di mandorle
- uvetta q.b.
- olio di semi q.b.
- cannella q.b.
- 3 uova bollite

Riempire d'acqua l'apposita couscoussiera e mettervi un limone, che conferirà aroma alla preparazione. Mentre si aspetta che l'acqua inizi a bollire, lavorare in un contenitore capiente il cous-cous con le mani ungendolo l'olio e bagnandolo con acqua, cercando di sgranarlo il più possibile.

Successivamente versare il cous-cous nell'apposita parte forata della couscoussiera e incastrarla sopra la pentola con l'acqua. Lasciare cuocere per dieci minuti e appena si vede il vapore passare attraverso il cous-cous, toglierlo dalla fiamma e versarlo nel contenitore basso e ampio dove si ripeterà la procedura di sgranatura con olio e acqua. In seguito riposizionare il cous-cous sopra l'acqua e ripetere il processo per altre due volte.

Prima dell'ultima cottura aggiungere un pizzico di sale. Contemporaneamente tostare le mandorle su una padella con olio e successivamente tritarle fino ad ottenere una farina.

A cottura ultimata sgranare il cous-cous aggiungendo 50 g di burro fuso e 50 g di zucchero a velo. Versare il cous-cous in un piatto da portata e decorarlo con delle file alternate di uvetta, farina di mandorle, cannella e spicchi di uova bollite.

Tajine marocchina



Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di carne di manzo
- 1 spicchio d'aglio
- 2 cipolle
- ½ cucchiaino di zenzero secco
- ½ cucchiaino di paprika dolce
- ½ cucchiaino di pepe nero
- 1 cucchiaino di curcuma secca
- 3 capsule di cardamomo
- ½ dado
- sale q.b.
- olio q.b.
- olive verdi denocciolate a piacere

Per preparare la tajine tagliare la carne in pezzi piccoli, togliere il grasso e lavarla. Successivamente metterla nell'apposita pentola conica o in una pentola a pressione; aggiungere olio di semi, mezzo cucchiaino di zenzero secco, mezzo di paprika dolce, mezzo di pepe nero, uno di curcuma, sale, tre capsule di cardamomo, mezzo dado, due cipolle tagliate a fettine sottili e uno spicchio d'aglio. Dopo 10 minuti di cottura aggiungere dell'acqua e continuare la cottura per circa un'ora. A cottura ultimata impiattare con abbondanti olive verdi denocciolate.

Ndolè



Ingredienti per 6 persone:

- 1 kg di foglie di ndolè fresche o surgelate
- 3 porri
- 2 cipolle
- 2 spicchi d'aglio
- ½ cucchiaino di pepe bianco
- 1 peperoncino fresco africano
- olio di arachidi
- sale
- dado
- 300 g di gamberetti freschi o surgelati
- 500 g di carne di bovino o pollo
- *ajno* (sale monosodico di glutammato)
- 300 g di arachidi (né salati né tostati)
- pesce affumicato q.b.
- riso "africano", varietà Jasmine, e platano bollito per accompagnare il piatto

Per prima cosa lavare la carne, tagliarla a pezzetti e metterla in una pentola capiente insieme al pesce affumicato a piacere (conferisce alla preparazione un sapore molto forte). Aggiungere il dado, *l'ajno*, il sale, mezzo cucchiaino di pepe bianco e un po' d'acqua. Contemporaneamente mettere in ammollo le arachidi, successivamente cuocerle per una decina di minuti ed infine frullarle insieme a cipolle, porri e aglio e il peperoncino fresco. Se si utilizza il *ndolé* fresco è necessario bollirlo almeno tre volte, cambiando l'acqua ogni volta, per togliere il forte sapore amaro, se invece si adoperava quello surgelato sarà necessario cuocerlo una volta sola. Aggiungere il *ndolé* al composto di arachidi e mettere sul fuoco mescolando regolarmente.

Aggiungere la carne che nel frattempo avrà ultimato la cottura, e i gamberetti lavati, alla crema di arachidi e verdura. Cuocere per qualche minuto sfruttando il brodo della carne per insaporire il piatto.

Nel frattempo lavare accuratamente il riso per togliere l'amido in eccesso e bollirlo fino a fine cottura.

I platani si possono cuocere in olio tagliandoli a fette sottili per ottenere delle *chips* oppure bollirli con ancora la buccia fino a quando risulteranno morbidi se forati con una forchetta.

Yam e pesce fritti con salsa ayuwà



Ingredienti per 6 persone:

- 1 igname
- 1 pesce fresco tipo branzino
- olio per friggere
- sale q.b.
- 1 peperone verde
- 1 cipolla
- 2 pomodori freschi

- 1 confezione di tonno in scatola
- dado

Per prima cosa pulire il pesce desquamandolo con un coltello in una ciotola d'acqua, lavarlo, tagliarlo in pezzi grossi e lasciarlo riposare per un minuto in acqua salata per conferire sapore alla preparazione finale. Infine friggerlo in abbondante olio di semi.

Sbucciare lo yam con un coltello affilato, lavarlo, tagliarlo in pezzi irregolari e immergerlo in acqua salata come il pesce, per conferire sapore. Infine friggere metà dello yam per 5-10 minuti finché non si sarà creata una crosta croccante all'esterno e all'interno sarà cotta uniformemente e friabile; bollire la restante parte dei pezzi di yam per provare la differenza di sapore tra le diverse modalità di preparazione.

Nel frattempo tagliare a pezzetti la cipolla, il peperone e pestarli in un mortaio fino ad ottenere la consistenza di una salsa, aggiungere il dado e il pomodoro fresco e il tonno e mescolare il tutto. Servire accompagnando pezzi di pesce yam alla salsa.

Riso con pollo fritto



Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di pollo
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cipolla
- 1 pezzo di zenzero fresco
- 2 dadi

- ½ cucchiaino di curry
- ½ cucchiaino di rosmarino
- ¼ di cucchiaino di noce moscata
- 1 peperone rosso, 1 giallo e 1 verde
- 2 carote
- 300 g di piselli freschi o surgelati
- 300 g di gamberetti freschi o surgelati
- 2 platani verdi
- olio per friggere
- 500 g di riso basmati

Tagliare il pollo in pezzi piccoli e lavarli, immergerlo in una pentola di acqua bollente insieme all'aglio, la cipolla e lo zenzero tritato, il dado, il curry, il rosmarino e la noce moscata. In seguito, lavare le verdure e tagliarle a cubetti piccoli e regolari. In un'altra pentola bollire i gamberetti surgelati e a fine cottura pulirli da teste e code. Scolare la carne conservando il brodo ottenuto e aggiungervi un dado. Separatamente lavare accuratamente il riso per togliere l'amido in eccesso e cuocerlo nel brodo. In ultimo friggere il pollo ad immersione ed in seguito anche il platano tagliato a fette sottili. In una padella capiente cuocere le verdure con un filo d'olio, aggiungere i piselli, i gamberetti e il riso cotto, mescolare tutti gli ingredienti e trasferire il tutto su un piatto da portata. Servire il riso accompagnato dal pollo fritto e il platano.

Cous-cous alla tunisina



Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di carne di manzo
- 1 confezione di concentrato di pomodoro
- 1 cipolla
- 1 cucchiaino di curcuma
- ½ cucchiaino di pepe nero
- ½ cucchiaino di zenzero secco
- ½ cucchiaino di paprika piccante
- olio q.b.
- sale q.b.
- ¼ di cucchiaino di cannella
- 1 cucchiaino di chiodi di garofano
- 300 g di ceci precotti
- 6 uova
- 100 g di uvetta
- 6 peperoncini freschi verdi lunghi

Tagliare a pezzi grossi e lavare la carne di manzo, metterla nella pentola della couscussiera insieme al concentrato di pomodoro, alla paprika piccante, alla cipolla tagliata a fette, alla curcuma, al pepe nero, allo zenzero secco, all'olio di oliva e al sale. Aggiungere dell'acqua bollente e lasciare cuocere. Dopo aver sgranato il cous-cous con olio e acqua posizionarlo nell'apposito tegame forato e sopra la pentola del brodo, cosicché il cous-cous si cuocerà grazie al vapore proveniente dal brodo stesso. Dopo dieci minuti di cottura togliere il cous-cous dal tegame e sgranarlo con l'aiuto di una forchetta, aggiungendo un po' di brodo. Aggiungere anche i chiodi di garofano che serviranno a conferire un aroma piacevole alla preparazione. Rimettere il cous-cous sulla couscoussiera per altri dieci minuti, passati i quali riposizionarlo nel contenitore capiente, togliere i chiodi di garofano e versare il brodo rimasto. Sciacquare i ceci precotti e ricuocerli per pochi minuti in acqua calda con sale e curcuma per conferire il colore giallo. Separatamente mettere in ammollo l'uvetta, bollire le uova e friggere i peperoncini in una padella con un filo d'olio.

Al cous-cous aggiungere la curcuma, la cannella e il pepe. Mettere il cous-cous e la carne in un grande piatto da portata e decorare con i peperoncini, le uova, l'uvetta e i ceci scolati.

Cholle, Poori e Pakore



Pakore

ingredienti per 6 persone:

- 1 cavolfiore, in alternativa si possono utilizzare altre
- verdure come spinaci o melanzane
- 2 patate
- 1 cipolla
- 1 peperoncino fresco verde piccolo
- olio per friggere
- farina di ceci q.b.
- 1 cucchiaino di cumino
- sale q.b.
- 1 cucchiaino del mix di spezie “masala”
- 150 g di paneer facoltativo

Lavare e sbucciare le patate e la cipolla e tagliarle in pezzi piccoli e irregolari. Lavare il cavolfiore e tagliarlo a pezzi piccoli. Mettere i tre ingredienti in un contenitore capiente e aggiungere le spezie, il sale e la farina di ceci. Aggiungere acqua quanto basta per ottenere la consistenza della pastella per frittelle. Friggere i pakore immergendo cucchiari colmi di impasto dentro l’olio bollente girandoli una volta per ottenere un colore dorato da entrambi i lati.

Poori

Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di farina integrale
- acqua q.b.
- 15 g di lievito di birra fresco o secco
- un pizzico di sale
- olio per friggere

Preparare l'impasto dei poori mescolando farina, acqua, lievito e sale, fino ad ottenere una consistenza simile a quella del pane e lasciare lievitare per almeno mezz'ora.

Trascorso il tempo di lievitazione formare delle palline d'impasto e ungerle con olio. Con l'impiego di un mattarello, stendere le palline per formare dei dischi di circa quindici cm di diametro. Infine friggere i poori in abbondante olio lasciando gonfiare l'impasto e girandolo una volta.

Cholle



Ingredienti per 6 persone:

- 600 g di ceci bianchi precotti
- 1 cucchiaino di mix di spezie "masala"
- 2 peperoncini freschi verdi piccoli
- 1 cipolla
- sale q.b.
- olio d'oliva

- 1 pezzo di zenzero fresco
- 2 spicchi d'aglio
- 3 pomodori freschi
- 1 mazzetto di prezzemolo fresco
- 3 patate facoltativamente

Tagliare a fette le cipolle e cuocerle in una pentola con olio, aggiungere lo zenzero fresco e l'aglio tritati, i pomodori freschi tagliati a pezzi e le spezie. Lavare i ceci precotti e inserirli al resto degli ingredienti. Aggiungere un bicchiere d'acqua e lasciare insaporire per una ventina di minuti.

Thieboudienne



Ingredienti per 6 persone:

- 2 pesci freschi tipo branzino
- un pezzo di pesce secco
- un mazzo di prezzemolo
- 2 spicchi d'aglio
- 2 peperoncini freschi verdi tondi
- 1 dado
- ½ cucchiaino di pepe bianco
- 2 cipolle
- 2 peperoni
- 2 melanzana
- 200 g di concentrato di pomodoro
- 3 carote

- 2 pomodori freschi
- 1 cavolfiore
- 50 g di fiori di ibisco essiccati
- riso bollito per accompagnare il piatto

Tritare in un mortaio il prezzemolo con l'aglio, i peperoncini, mezzo dado e il pepe bianco ottenendo una salsa. Pulire il pesce desquamandolo e togliendo le interiora. Praticare delle incisioni sui lati del pesce e inserirvi la salsa preparata precedentemente. Friggere il pesce così preparato. In una pentola capiente soffriggere la cipolla, aggiungere il peperone, un pezzo di pesce secco precedentemente ammorbidito in acqua e la salsa concentrata di pomodoro. Aggiungere abbondante acqua e le verdure tagliate a pezzi grossi. Infine aggiungere i fiori secchi di ibisco, il pesce precedentemente fritto e lasciare cuocere per un'ora. Separatamente bollire il riso dopo averlo lavato per togliere l'amido in eccesso e a cottura ultimata condire il riso con il brodo rosso ottenuto prima e servire il riso con pezzi di verdura e pesce.

Riso alla tunisina



Ingredienti per 6 persone:

- 500 g di riso parboiled
- 2 spicchi d'aglio
- ½ cucchiaino di tawabel (un mix di dodici spezie che si prepara in Tunisia)
- 1 cipolla

- una confezione di concentrato di pomodoro
- qualche foglia di alloro
- 500 g di carne di agnello
- 200 g di ceci precotti
- 4 peperoncini verdi lunghi

Tritare l'aglio con il tawabel, mettere il composto ottenuto in una pentola con dell'olio e aggiungere la carne di agnello, le cipolle, il concentrato di pomodoro, qualche foglia di alloro, abbondante acqua e lasciare cuocere il tutto per almeno un'ora. A cottura quasi ultimata aggiungere i ceci precotti e sciacquati. Friggere i peperoncini in una padella con olio. Contemporaneamente preparare il riso, lavandolo accuratamente e cuocendolo per una decina di minuti a vapore, come si fa con il cous-cous. Successivamente mettere il riso in un contenitore capiente e versarvi sopra dell'acqua bollente. Aspettare che il riso assorba tutta l'acqua e ricuocerlo per altri dieci minuti a vapore. Infine aggiungere il brodo rosso della carne al riso, e passare il tutto in forno per due minuti. Servire in un piatto da portata il riso con la carne e decorare con i peperoncini verdi fritti precedentemente e i ceci.

Tajine alla tunisina



Ingredienti per *tajine* tunisina per 6 persone:

- 1 cipolla
- 300 g di pollo

- ½ cucchiaino di *tawabel*
- ½ cucchiaino di pepe nero
- ½ cucchiaino curcuma secca
- sale q.b.
- 3 patate
- un mazzetto di prezzemolo
- formaggio a piacere
- pangrattato q.b.
- 6 uova

La *tajine* tunisina non ha niente a che vedere con quella, più celebre, marocchina. Si tratta, infatti, di una specie di sformato al forno il cui contenuto può variare a seconda delle preferenze e che in Marocco chiamano Gratin.

Tagliare le patate in cubetti piccolissimi e regolari che friggerete in abbondante olio. Successivamente friggere anche le cipolle e il pollo precedentemente tagliato in piccoli bocconcini. Mettere tutti gli ingredienti in una ciotola e insaporire con le spezie secche e il prezzemolo tritato. Infine aggiungere il pangrattato, il formaggio e le uova, versare il composto in una teglia e cuocere in forno per una mezz'ora.

Riferimenti bibliografici

- Andersson, R. (2014). *Illegality, inc. : clandestine migration and the business of bordering Europe*. Oakland: University of California Press.
- Boas, F. (1921). *Thirty-Fifth Annual Report of the Bureau of American Ethnology to the Secretary of the Smithsonian Institution. 1913-1914*. Washington: Government Printing Office.
- Boas, F. (1925). *Contributions to the ethnology of the Kwakiutl*. New York,: Columbia University Press.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241-258.). New York: Greenwood.
- Candea, M. (2008). Fire and identity as matters of concern in Corsica. *Anthropological Theory*, 8, 201-216.
- Counihan, C. (2009). *A tortilla is like life : food and culture in the San Luis valley of Colorado* (1st ed. ed.). Austin, Tex.: University of Texas Press.
- De Genova, N. (2017). *The Borders of "Europe": Autonomy of Migration, Tactics of Bordering*. Durham, N.C.: Duke University Press.

- De Mucci, R. (2009). *Micropolitica. Seconda Edizione*. Soveria Mannelli: Rubbettino.
- Deleuze, G. (1989). Quest'est-ce qu'un dispositif? In G. Canguilhem (Ed.), *Michel Foucault philosophie: rencontre internationale Paris 9, 10, 11 janvier 1988*. Paris: Seuil.
- Douglas, M. (1966). *Purity and danger : an analysis of concepts of pollution and taboo*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Douglas, M. (1992). *Risk and blame : essays in cultural theory*. London: Routledge.
- Durkheim, E. m., & Buss, R. (2006). *On suicide*. London: Penguin.
- Emilia-Romagna, R. (2017). *Cittadini stranieri in Emilia-Romagna: 2. Residenti e dinamiche demografiche anno 2017. Focus dell'Osservatorio regionale sul fenomeno migratorio (art. 3, L.R. n. 5, 24 marzo 2004)*. Bologna: Regione Emilia-Romagna.
- Fazia, C. (2017). Dalla gestione dell'emergenza accoglienza ad un modello di città inclusiva per le comunità migranti e per le comunità ospitanti. *Technè*, 14, 234-240.
- Ferguson, J. (1999). *Expectations of modernity : myths and meanings of urban life on the Zambian Copperbelt*. Berkeley, Calif.: University of California Press.
- Garagnani, S., & De Concini, C. (2016). *Via del Gambero 77*. Tricase Youcanprint.
- Goody, J. (1982). *Cooking, cuisine and class : a study in comparative sociology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Guptill, A. E., Copelton, D. A., & Lucal, B. (2016). *Food and Society: Principles and Paradoxes*. ISBN: 978-1-509-50183-0. Cambridge: Polity.
- Harris, M. (1985). *Good to eat : riddles of food and culture*. London: Allen & Unwin, 1986.
- Herzfeld, M. (2010). Essentialism. In A. Barnard & J. Spencer (Eds.), *Encyclopedia of social and cultural anthropology. Second Edition* (2002 ed.). London: Routledge.
- Holtzman, J. D. (2006). Food and memory. *Annual Review Anthropology*, 35.
- Kedia, S., & Van Willigen, J. (2005). *Applied anthropology : domains of application*. Westport: Praeger.
- Krebs, J. R. (2013). *Food: a very short introduction*. Oxford: Oxford University Press.
- Levi-Strauss, C. (1964). *Mythologiques. 1. Le Cru et le cuit*. Paris: Plon.
- Levi-Strauss, C. (1966). *Mythologiques. 2. Du miel aux cendres*. Paris: Plon.
- Levi-Strauss, C. (1968). *Mythologiques. 3. L'origine des manieres de table*. Paris: Plon.
- Malinowski, B. (1922). *Argonauts of the western Pacific: an account of native enterprise and adventure in the archipelagoes of Melanesian New Guinea*. London: Routledge.
- Malinowski, B. (1927). *Sex and Repression in Savage Society*. London International Library of Psychology, Philosophy and Scientific Method.

- Malinowski, B. (1929). *The sexual life of savages in North-Western Melanesia : an ethnographic account of courtship, marriage and family life among the natives of Trobriand islands, British New Guinea*. London: Routledge and Kegan Paul Ltd.
- Mintz, S. W. (1985). *Sweetness and power : the place of sugar in modern history*. New York ; Harmondsworth: Penguin, 1986.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The Anthropology of Food and Eating. *Annual Review Anthropology*, 31, 99-119.
- Palmisano, A. L. (2014). Committed, Engaged e Applied Anthropology. *Dada, N.S.*, 13-24.
- Phillips, L. (2006). Food and Globalization. *Annual Review Anthropology*, 35, 37-57.
- Pottier, J. (1999). *Anthropology of food : the social dynamics of food security*. Cambridge: Polity Publishers.
- Prato, G. B. (2009). *Beyond multiculturalism : views from anthropology*. Farnham: Ashgate.
- Rappaport, R. A. (1967). *Pigs for the ancestors: ritual in the ecology of a New Guinea people*. New Haven ; London: Yale University Press.
- Remotti, F. (2007). *Contro l'identità*. Roma-Bari: Laterza.
- Stewart, K. (2007). *Ordinary affects*. Durham, N.C. ; London: Duke University Press.
- Sutton, D. (2001). *Remembrance of Repasts. An Anthropology of Food and Memory*. Oxford: Berg.
- Turkle, S. (2007). *Evocative objects : things we think with*. Cambridge, MA. ; London: MIT Press.
- Turner, T. (1993). Anthropology and Multiculturalism: What Is Anthropology That Multiculturalists Should Be Mindful of It? *Cultural Anthropology*, 8, 411-429.
- Van Maanen, J. (1988). *Tales of the field: on writing ethnography*. Chicago: University of Chicago Press.
- Welsch, W. (1999). Transculturality - the Puzzling Form of Cultures Today. In M. Featherstone & S. Lash (Eds.), *Spaces of Culture: City, Nation, World* (pp. 194-213). London: Sage.
- Zanfrini, L. (2018). *The challenge of migration in a Janus-faced Europe*. London: Palgrave.

